

ACTIVE HOPE

» HÖFFNUNG DURCH HANDELN «

WIE KÖNNEN WIR WIR DEN KRISEN DIESER ZEIT
BEGEGNEN UND AUF SIE MIT WIDERSTANDSKRAFT
UND KREATIVITÄT REAGIEREN?

14.01.2026 – 11.02.2026

*Hoffnung durch Handeln ist kein Wunschdenken.
Hoffnung durch Handeln ist nicht das Warten
auf Rettung durch den einsamen Helden
oder sonst einen Erlöser.
Hoffnung durch Handeln ist das
Erwachen für die Schönheit der Welt,
für deren Bewahrung wir etwas tun können.
Wir gehören zu dieser Welt.
Hoffnung durch Handeln ist die Bereitschaft,
etwas zu unternehmen.*

Joanna Macy

AN 5 AUFEINANDERAUFBAUENDEN ABENDEN
gehen wir gemeinsam durch den transformieren-
den Prozess der sog. Spirale, das Herzstück der
tiefenökologischen Arbeit von Joanna Macy.
Jeder Abend werden wir eine Station auf der
Spirale erkunden und vertiefen.

**MITTWOCHS VON
18:30-20:30 UHR**

14. Jan: Kennenlernen und Einführung in
die „Arbeit, die wieder verbindet“

21. Jan: den Schmerz über die Welt
fühlen und würdigen

28. Jan: Gemeinschaften und Zugehörigkeit

4. Feb: Wie können wir gute Vorfahren sein?

11. Feb: Weitergehen und Handeln:
den eigenen Part finden und spielen

Es ist stärkend und ermutigend, sich diese
Fragen in Gemeinschaft zu stellen und mit
unseren Sorgen nicht allein zu sein. So können
wir das Gefühl der Ohnmacht, nichts tun zu
können, überwinden und ins Handeln kommen.
Für ein lebendiges Leben. Miteinander.
Für künftige Generationen.

6-12 TEILNEHMERINNEN

ORT: Feldenkraiszentrum Schöneberg,
Belziger Str. 71, 10823 Berlin HH EG re.

GASTGEBERIN: Constanze Sax
www.constanze-sax.de

ANMELDUNG UND FRAGEN UNTER:
info@constanze-sax.de oder 0174-94 94 319

AUSGLEICH AUF SPENDENBASIS.